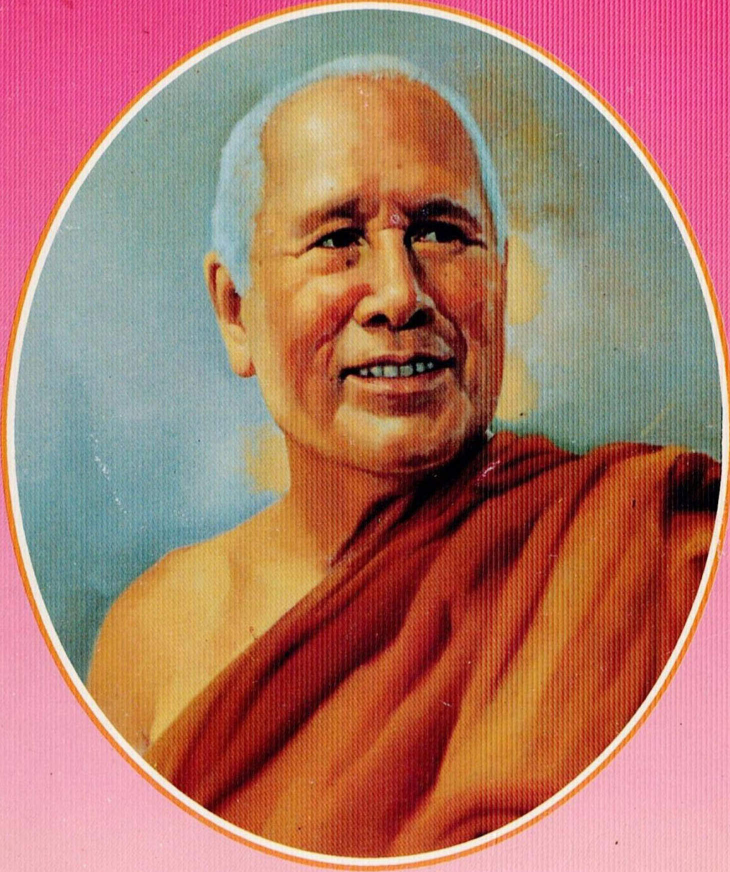
ปาฐกถาธรรม โดย
พระเทพวิสุทธิเมธี (ปัญญานันทภิกขุ)



ชีวิตนี้ต้องการอะไร

ปาฐกถาธรรม โดย

พระเทพวิสุทธิเมธี (ปัญญานันทภิกขุ)

ชีวิตนี้
ต้องการอะไร

ที่ระลึกงานฌาปนกิจศพ

นายวราวุธ อินทรเทศ

วันเสาร์ที่ 13 มีนาคม 2536

หนังสือชุด "ปัญญานันทธรรม" อันดับที่ ๙

ชีวิตนี้ต้องการอะไร

ปาฐกถาธรรม โดย

พระเทพวิสุทธิเมธี (ปัญญานันทภิกขุ)

ณ โรงเรียนพุทธธรรม วัดชลประทานรังสฤษฎ์

วันอาทิตย์ที่ ๒๑ กันยายน ๒๕๒๙

จัดพิมพ์โดย

กองทุนปัญญานันทธรรม ศูนย์สืบอายุพระพุทธศาสนา

วัดชลประทานรังสฤษฎ์ อ.ปากเกร็ด จ.นนทบุรี

ที่ปรึกษา

พระเทพวิสุทธิเมธี (ปัญญานันทภิกขุ)

พระมหาเผียน อนุจารี

ติดต่อที่

ศูนย์สืบอายุพระพุทธศาสนา วัดชลประทานรังสฤษฎ์

อ.ปากเกร็ด จ.นนทบุรี โทร. ๕๘๔-๑๘๕๕, ๕๘๓-๔๒๔๓

พิมพ์ครั้งที่ ๑- กันยายน ๒๕๒๙ จำนวน ๕,๐๐๐ เล่ม

พิมพ์ครั้งที่ ๒-ตุลาคม ๒๕๓๕ จำนวน ๑๐,๐๐๐ เล่ม

พิมพ์ที่ : บริษัท นวกนก จำกัด โทร. ๕๗๙-๓๗๓๐,๔๒๓๘,๓๗๓๕,๓๗๕๙

ชีวิตนี้ต้องการอะไร

พระเทพวิสุทธิเมธี(ปัญญานันทภิกขุ)

ญาติโยมพุทธบริษัททั้งหลาย

ณ บัดนี้ถึงเวลาของการฟังธรรมะ อันเป็นหลักคำสอนในทางพระพุทธศาสนาแล้ว ขอให้ทุกท่านอยู่ในอาการสงบตั้งอกตั้งใจฟังด้วยดี เพื่อให้ได้ประโยชน์อันเกิดขึ้นจากการฟังตามสมควรแก่เวลา

ชีวิตของคนเราโดยปกตินั้น ถ้าจะเรียกมาถามสัมภาษณ์เป็นรายบุคคลว่าเราต้องการอะไรในชีวิตของเรา คำตอบก็อาจจะเป็นไปในรูปต่างๆ เช่น *บางคนต้องการเงิน บางคนต้องการชื่อเสียง บางคนต้องการอย่างนั้นอย่างนี้*

เหมือนกับเขาสัมภาษณ์นางสาวต่าง ๆ ที่จะประกวดเป็นนางสาวไทยหรือนางงามจักรวาล ประกวดเสร็จไปแล้ว พอถามว่า**ต้องการอะไร** ?....

บางคนก็บอก*อยากได้บ้านหลังใหญ่ๆจะได้อยู่ให้มันสบาย* เขาชอบบ้านหลังใหญ่ ๆ อยากจะได้เงินมาก ๆ นึกว่ามีเงินมาก ๆ แล้วจะเป็นสุข เขานึกอย่างนั้น อยากจะได้งานดี ๆ ทำ

บางคนก็บอกว่า*อยากจะทำงานธนาคาร* นึกว่าถ้าทำงานธนาคารแล้วจะสบาย จะรวย คนทำงานธนาคารกลุ้มใจกันไปตาม ๆ กัน เพราะว่าเลิกดึก ๆ บางคืนบัญชีมันไม่ลงตัว เงินกับบัญชีไม่ตรงกัน ลบไปคิดมามันไม่ลงตัว ทุกคนต้องเฉลี่ยจ่ายหักเงินให้ มันก็กลุ้มใจกันอยู่เหมือนกัน

บางคนเขาบอกว่า*อยากจะเป็นแอร์โฮสเตส* ถามว่าทำไมต้องเป็นแอร์ฯ *จะได้ไปเที่ยวเมืองนอก ได้รู้จักคนมาก* อะไรต่าง ๆ ความปรารถนาเหล่านั้นก็ยังเป็นเด็กอมมืออยู่ทั้งนั้นที่ตอบแบบนั้น

ทำไมจึงเรียกว่าเป็นเด็กอมมือ? ก็เพราะว่าต้องการวัตถุเหมือนกับเด็กต้องการตุ๊กตา เอามาไว้เล่นให้เบิกบานใจ ยังไม่มีความคิดก้าวหน้าในเรื่องชีวิตจิตใจอะไร ก็ยังเป็นเด็กที่เข้าประกวดความงามกันเท่านั้นเอง อาตมาฟังแล้วก็นึกขำในใจว่า *อ้อ! ยังเป็นเด็กกันอยู่ทั้งนั้น ยังไม่ประสีประสาในเรื่องอะไรของชีวิตเลยแม้แต่น้อย* นี่เป็นเรื่อง*ความต้องการ*

ของคนเรา ในรูปอย่างนั้น

ทีนี้ถ้าว่าเป็นคนที่ผ่านชีวิตมาบ้างพอสมควร เช่นว่า ได้ครองเรือน มีฐานะ มีเงินมีทองใช้ มีอะไรแล้ว ก็อาจจะไม่ตอบในรูปอย่างนั้น

เมื่อวานนี้คณะยุวพุทธฯมาหา มากันหลายคน เนื่องจากเขาทำงานกันมาครบ ๓๖ ปี ก็จะมีการฉลองอะไรบ้าง ในวันที่ ๒๖ กันยายนที่จะถึงนี้ เขามาอัดเทปให้อาตมาพูด แล้วเขาพูดตอบคำถามอะไรต่าง ๆ เอาไปออกรายการวันอาทิตย์ รายการพุทธประทีป

คนที่เป็นหัวหน้าคณะนี่เขาก็เป็นคนมีสตางค์คนหนึ่งเหมือนกัน แต่ว่าขวนขวายในงานที่เป็นสาธารณประโยชน์ ในเรื่องเกี่ยวกับศาสนาอยู่ตามสมควร เขาบอกว่าจะเดินทางไปอเมริกา ไปแคนาดา ไปสิงคโปร์ แล้วจึงจะกลับบ้าน แล้วเขาก็บอกว่า*ผมหมู่นี้ไม่ชอบเดินทางเสียแล้ว มันชอบจะอยู่สงบ ๆ ที่บ้านมากกว่า เพราะอายุปีนี้ก็ ๖๑ เข้าไปแล้ว แต่ว่ามันมีกิจธุระจำเป็นที่จะต้องไป เลยก็ต้องไป ไอ้ใจจริงๆ มันไม่อยากจะไปแล้ว เพราะว่าได้เห็นโลกมามากพอสมควร และการนั่งเรือบินไกล ๆ นี่รู้สึกมันเหนื่อย มันไม่สบายอะไร อยากจะอยู่กับบ้านเงียบ ๆ อยากจะนั่งอ่านหนังสือธรรมะ อยากจะพักผ่อน ไม่อยากให้ใครมารบกวนในเวลาที่ต้องการพักผ่อน* นั่นแสดงว่าจิตใจเริ่มเข้าสู่วัยชรา **คนที่ร่างกายจิตใจ**

ย่างเข้าสู่วัยชรา มีความต้องการไม่เหมือนเด็ก ๆ เด็กเขามีความต้องการอย่างหนึ่ง แต่พออายุมากเข้าก็มีความต้องการอีกอย่างหนึ่ง

ความต้องการที่แท้จริงของคนเรา เมื่อยามชรานั้นคือต้องการ**ความสงบทางใจ** หรือเรียกว่า "**ความสุข**" นั่นแหละ แต่ว่าเป็นความสุขที่เกิดขึ้นจากความสงบใจ ความสุขอย่างอื่นนั้นเคยพบเคยผ่านมามากมายก่ายกองแล้วก็ไม่ได้สนใจในเรื่องความสุขอย่างนั้นแล้ว แต่ต้องการความสงบในครอบครัว หรือความสงบอยู่กับที่

แม้คนยังมีครอบครัวก็อยากอยู่กันสงบ ๆ ไม่อยากให้เกิดความวุ่นวาย *แม่บ้านก็อยากให้พ่อบ้านเป็นคนสงบ ไม่วุ่นวายไปในที่ต่าง ๆ ไม่ทำตนเป็นเด็ก ไปเที่ยวไปสนุกเหมือนกับเด็กๆ ทั่ว ๆ ไป อยากจะให้อยู่กับบ้าน หรือว่าไปวัดไปวาด้วยกัน ไปทำบุญด้วยกัน ไปทำสิ่งที่ถูกต้องตามประสาคนแก่* อันนั้นเป็น**ความต้องการที่ประณีตขึ้นในทางจิตใจ** มีความรู้สึกสูงขึ้น และรู้ว่าชีวิตนี้ต้องการอะไรมากขึ้น รวมความว่า **ความต้องการที่แท้จริงของคนเรานั้นก็คือต้องการความสุขนั่นเอง**

แต่คนที่อยู่ในวัยหนุ่ม วัยฉกรรจ์ ไม่ว่าหญิงหรือชาย เขานึกว่า*ความสุขอยู่ที่บ้านหลังใหญ่ อยู่ที่มีเงินมาก ๆ ความสุขอยู่ที่การได้ไปเที่ยวไกล ๆ* เขานึกอย่างนั้น เพราะว่ายัง

ไม่มีประสบการณ์ในเรื่องอะไร ๆ แล้วก็ต้องการสิ่งเหล่านั้น แต่ว่าเมื่อเราได้ผ่านโลกมาอย่างโชกโชน ได้รับทั้งทุกข์ทั้งสุข ทั้งสบายทั้งเจ็บปวด มาพอสมควรแล้ว ก็พอจะตัดสินใจได้ว่า **ความสุขที่แท้จริงนั้น มันอยู่ที่ความสงบทางด้านจิตใจ**

พระผู้มีพระภาคเจ้าจึงตรัสว่า **นัตถิ สันติ ปะรัง สุขัง... สุขอื่นยิ่งกว่าความสงบไม่มี** แล้วก็ตรัสอีกว่า

สันติ มัคคะเมวะ พรู๋เหยยะ...สูเจ้าทั้งหลายจงสร้างทางแห่งสันติ ให้สร้างทางแห่งสันติ ทางแห่งความสงบ

ปีนี้เรียกว่าเป็นปีแห่งสันติภาพเหมือนกัน สันติภาพโดยสมมติ องค์การสหประชาชาติก็ประกาศว่า ปีนี้ ปี ๑๙๘๖ นี้ เป็นปีแห่งสันติภาพ แต่ว่ามันไม่เห็นมีสันติภาพที่ตรงไหน ไอ้พวกรบก็ยังรบกันอยู่นั่นเอง ยังไม่ได้ลดราวาศอกแก่กันและกัน แต่ว่าสมาคมโลกนี่เขาก็ชักชวนให้คนนั่งสงบใจทั่วโลก ให้นั่งพร้อมกัน เรียกว่าสงบใจพร้อมกัน เขาทำกันตามโรงเรียน ให้เด็กทำกัน ทำกันทั่วไปเมื่อไม่กี่วันมานี่แหละ แต่ว่ามันก็ได้แผล็บเดียว ไม่ได้อะไรมากนัก เพราะคนยังไม่ได้สนใจในเรื่องนี้ แล้วยังไม่รู้ว่า*สันติภาพที่แท้จริงนั้นมันคืออะไร ทำอย่างไรจึงจะเกิดสันติภาพขึ้น* เขายังไม่ได้ศึกษา

โดยหลักคำสอนในทางพระศาสนา ไม่ว่าศาสนาใด **ศาสนาพราหมณ์** ก็พูดเรื่องสันติภาพมากเหมือนกัน พวกฮินดูในเวลาสวดมนต์ ลงท้ายก็สวดว่า *"โอมศานติ โอมศานติ*

โอมศานติ "ว่า ๓ ครั้ง หมายความว่าสงบ ๆ ๆ ว่า ๓ ครั้ง ทุกที เข้าสวดมนต์ก็สวดอะไรต่ออะไรก็ตามใจ แต่ลงท้ายก็ต้อง "*โอมศานติ*" ทุกที แต่ว่ายังไม่ค่อยสงบเท่าใด คือว่ามันได้แต่สวดมนต์ จึงไม่เกิดความสงบทางใจ ศาสนาคริสต์ก็มุ่งความสงบเหมือนกันโดยเนื้อแท้ แต่ว่าก็ไม่ค่อยเกิดความสงบเท่าใด อิสลามโดยชื่อศาสนาว่า "**อิสลาม**" เป็นภาษาอาหรับ เขาแปลว่า "**สันติภาพ**" "สันติ" คือ "สงบ" เหมือนกัน แต่ว่าในหมู่อิสลามเองก็ไม่ค่อยจะสงบเท่าใด ยังรบกับอยู่

ทำไมคนเหล่านั้นจึงไม่เกิดความสงบ ?... เพราะว่าทางฝ่ายการเมืองเขายุไม่ให้สงบ ยุให้รบกัน ยุให้เกลียดกัน ให้พยาบาทกัน สอนประวัติศาสตร์นี่สอนให้คนเกลียดกันโดยแท้ ไม่ได้สอนให้คนรักอะไร เมื่อสมัยเด็ก ๆ ครูเล่าเรื่องพงศาวดารให้ฟัง เวลาเล่าครูก็ทำท่าเข็ดเขี้ยวเคี้ยวฟัน "*ไอ้พม่านี่*" ทำท่าให้เด็กดู ให้เด็กฟัง "*มันทำเราเจ็บนัก มันมาเผาบ้านเผาเมืองของเราพระพุทธรูปมันก็ยังเผาลอกเอาทองคำไป*" เด็กก็ เนื้อตัวสั่นไปตามๆกัน ชักจะโกรธพม่าขึ้นมา เวลานั้นมันเป็นอย่างนั้น เพราะว่า**ครูนี่สอนให้เด็กโกรธพม่า เกลียดพม่าหาว่าพม่าเป็นศัตรูกับเรา**

แต่เมื่อพ้นจากภาวะเป็นนักเรียนแล้ว ไปประเทศพม่าเดินทางไปประเทศพม่า เดินเท้าไป เดินจากกรุงเทพฯเดินไปตามทางรถไฟ ไปออกแม่สอด เมียวดี แล้วก็เดินไปเรื่อยๆ เอ๊ะ

ไม่เกลียดพม่าแล้ว เพราะว่าไปที่ไหน *คนพม่าเขามาไหว้มากราบ มาแสดงความนับถือ* ไปพักที่ในป่าช้า บ่อน้ำไม่มีผู้หญิง ชาวพม่าสาว ๆ ทูนหม้อดินใส่น้ำมา ทูนกันมาเป็นแถวมาอาบน้ำให้พระเรา พระเราไปกัน ๑๐ รูป นั่งเป็นแถว พวกนั้นก็รดน้ำอาบกันเสียชุ่มเย็นไปเลย เพราะมันเดือนเมษายนก็ร้อนมากอยู่ ขาดนิดเดียวเขาไม่ได้ถูตัวให้เท่านั้นเองแหละ แต่ว่าเขาอาบให้เรียบร้อยเลยทีเดียว ก็นึกในใจว่า *เอ๊ะ!มันก็ไม่น่าโกรธพม่าอะไร* **ไอ้ที่ครูสอนเราให้เกลียดพม่าเมื่อตอนเด็ก ๆ นี่มันก็ค่อยหายไป มันคลายแล้ว** ก็ไม่โกรธไม่เกลียด อะไร

ถึงที่แห่งหนึ่งนั้นไปพัก เราเดินนี่เท้ามันช้ำ ช้ำเป็นเลือดเป็นหนอง เดินไม่ไหว ไปนั่งพักอยู่ที่ใต้ต้นมะม่วง ก็เอาเท้ามาอวดกันว่า *ใครช้ำมากกว่ากัน* มาดูกัน ก็มีโยมแก่..อุบาสิกาพม่าก็มาไหว้ พูดกันไม่รู้เรื่อง มาไหว้แล้วก็ชี้ที่เท้า แกก็สงสารน้ำตาไหล แกบอกว่าให้นอนที่นี่แหละ อย่าไปต่อเลย นอนที่นี่แหละ

เราพูดกันไม่รู้เรื่อง พม่าก็หน้าบู้เพราะเราพูดพม่าไม่ได้ แกก็ไปเที่ยวไปตามครูประชาบาลมาคนหนึ่ง ครูประชาบาลพูดภาษาอังกฤษได้ พูดกันรู้เรื่อง ก็บอกว่าให้พักอยู่ที่นี่ ไม่ต้องเดินต่อไปแล้ว จะให้ขึ้นรถไฟไป พักอยู่ ๒ คืน แล้วก็ช่วยกันบริจาคตั๋วให้ ก็ได้ขึ้นรถไฟ ไปถึงย่างกุ้งเรียบร้อย **แปลว่าไปพบแต่ความยิ้มแย้มแจ่มใส มีใจเมตตาเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่**

2/1

ไม่ว่าเราไปเป็นหมู่ หรือไปองค์เดียว ไปที่ไหนคนเขาก็ดีทั้งนั้น

เลยนึกในใจว่า *"ไอ้พวกที่มารบเมืองไทยนั้น มันตายไปนานแล้ว ตายไปนานจนพม่าพวกนี้ไม่รู้เรื่องเลยว่ารบกันที่ไหน เมื่อใด สงคราม ๙ ทัพ สงครามอะไรนี่ เขาไม่รู้เลย* เลยไม่เกลียดแล้ว เวลานี้ไม่เกลียดพม่า ไม่โกรธไม่เกลียดอะไรทั้งนั้น เพราะว่ามันไม่ได้เรื่องอะไร เราโกรธเขาทำไม ไม่ได้เรื่อง"

สมัยหนึ่งอูนุมาเมืองไทย แล้วก็จะไปอยุธยา โอย! ต้องให้ตำรวจไปอารักขา กลัวชาวอยุธยาจะเอะอะโวยวายขึ้น ก็ไม่ถูกต้อง ไม่สมกับเป็นพุทธบริษัท เพราะอูนุแกไม่ได้ประทุษร้ายประเทศไทย แล้วปู่ตาย่าทวดของอูนุก็คงไม่ได้ทำอย่างนั้น ไอ้พวกที่มาทำนั้นมันตายถมดินไปนานแล้ว ไม่รู้เรื่องอะไรหรอก **อูนุเขามาด้วยความปรารถนาดี เราก็ไม่ควรจะไปโกรธแค้นชิงชังอะไรเขา**

อันนี้มันความคิดใหม่ที่เกิดขึ้นในใจ ก็เพราะว่าได้ศึกษาธรรมะ ได้ปฏิบัติธรรมะของพระพุทธเจ้า พระพุทธเจ้าสอนว่า **"เวรไม่เคยระงับด้วยการจองเวร แต่ระงับด้วยการไม่ผูกเวรต่อกัน"** ให้อภัยแก่กันมันก็เกิดความสงบ ไม่มีอะไร แต่ชาวโลกไม่ได้คิดกันอย่างนั้น ยังโกรธกันอยู่ ยังเกลียดกันอยู่ ยังให้รบกันอยู่ ยุให้เด็กหนุ่มไปรบ

เหมือนที่ประเทศอิหร่าน โคไมนีเป็นหัวหน้าศาสนา

2/2

บอกกับเด็กหนุ่ม ๆ ว่า *พวกเธอไปรบกับพวกอิรัคนี่ ถ้าไปตายในสงครามรบ ประตูสวรรค์จะเปิดรับทันที เธอจะได้ไปสู่สวรรค์ ไม่ต้องรอวันสิ้นโลก* เพราะในคัมภีร์ของเขานั้นตายไปแล้วต้องไปนอนรออยู่วันสิ้นโลกโน่น เมื่อไหร่ก็ไม่รู้ โลกมันจะสิ้นไปเมื่อไหร่ก็ไม่รู้ นอนอยู่นั่นแหละ นอนเหี่ยวนอนแห้ง นอนกันจนกระดูกเปื่อยนั่นแหละ ไม่ได้ไปกันสักที

ทีนี้พอวันสิ้นโลกก็จะมีเทวดาเป่าแตร มีแตรด้วยรึเทวดามาเป่าแตรให้ศพทั้งหลายลุกขึ้น ลุกขึ้นแล้วไม่ใช่ไปได้ทันที ลุกขึ้นแล้วต้องไปฟังคำตัดสินว่าผู้ใดได้ทำความดีไว้ก็จะได้ไปสวรรค์ คนใดทำไม่ดีไว้ เอ้า ! ตกนรกต่อไป ตกไม่ผุดไม่เกิดเลย แหม! แย่มากของเขานี่มันแย่ ตกไม่ผุดไม่เกิดเลย เวลาไปสวรรค์ก็ไม่ให้ไปง่าย ๆ ต้องไต่สะพานสูงมาก ไม้คุ้นเดียว ไต่ไม่ดีเกิดความขี้ขลาด หล่นตุ้บลงไป ตกนรกไม่ผุดไม่เกิดอีกเหมือนกัน *โอ! มันลำบากมาก สวรรค์ของอาหรับนี่มันไปยาก เพราะเมืองมันร้อน ทะเลทรายทั้งนั้น* ไปสวรรค์มันก็ลำบากหน่อย ไปยาก

เมื่อไปยาก โคไมนีก็บอกว่า *"เราไปรบกับพวกอิรัคคราวนี้ ถ้าพวกเธอไปตายในสนามรบ ประตูสวรรค์เปิดกว้างรับทันที ได้ไปอยู่ร่วมกับพระอัลเลาะห์ โดยไม่ต้องรอคำตัดสิน"* เด็กหนุ่มก็เลือดขึ้นหน้าไปตาม ๆ กัน ตายแล้วจะได้ขึ้นหรือไม่ได้ขึ้น ก็ฝังในทะเลทรายทั้งนั้นแหละ

นี่ยุคนให้ไปรบราฆ่าฟันกัน

เมื่อคราวที่เขายึดเรือบินแพนแอม ที่เมืองการาจี มันยิงคนตายไปหลายสิบคน โดนยิงตายไป พอก่อนจะยิงคนหนึ่งพูดว่า **"ชัยชนะของพระผู้เป็นเจ้า พระผู้เป็นเจ้าได้รับชัยชนะแล้ว"** เปรี้ยง ๆ ๆ ๆ เอ๊ะ! พระผู้เป็นเจ้าอะไร ?

พวกนี้ไม่รู้ว่าพระผู้เป็นเจ้าคือใคร ? พระผู้เป็นเจ้า คือความโกรธรึ คือความเกลียดรึ ความพยาบาทรึ ชัยชนะคือการทำคนให้ตายหรือแล้วผู้ที่ตายก็ไม่ใช่คนที่เป็นศัตรูอะไรกันมันมีนิดหน่อยเพียงแค่ว่าไม่ชอบอเมริกันเท่านั้นแหละ ทีนี้ไม่ชอบอเมริกันแล้วก็คิดว่าคนอเมริกันทุกคนต้องเป็นศัตรูมันก็ไม่ถูกต้อง เวลาจะยิงก็โห่ร้อง ถ้าเป็นบ้านเราก็ร้องว่าไชโย ๆ ๆ แต่พวกนั้นมันไม่ร้องไชโย แต่มันร้องออกมาใจความว่า **"พระผู้เป็นเจ้าได้รับชัยชนะแล้ว"** พวกเขาได้ชัยชนะแล้ว แล้วก็ยิงคน แต่ว่าคนเหล่านั้นก็หนีไม่พ้น ผลที่สุดก็แพ้พระผู้เป็นเจ้าคือความตาย เขาจับไปฆ่าเสียอีกเหมือนกันจิตใจคนมันไปอย่างนั้น จึงไม่เกิดความสงบทางจิตใจความสงบทางจิตใจจะเกิดได้มันต้องปฏิบัติธรรม

ทีนี้การปฏิบัติธรรมะนี่ ถ้าเราเอามาเปรียบเทียบกันในระหว่างศาสนาทั้งหลายที่มีอยู่ในโลกนี้ มองให้ดี มองให้ละเอียด ไม่ได้เกิดความลำเอียงอะไรหรอก เพราะว่ามันมีใจเป็นธรรม แล้วก็มองด้วยความเป็นธรรม ก็รู้สึกว่าหลักคำสอน

อันใด ที่ยังสอนเรื่องความเป็นตัวเป็นตนอยู่ ยังสอนความยึดมั่นถือมั่นอยู่ มันมีสันติสุขไม่ได้ เพราะยังมีตัวให้ยึดอยู่ ยังมี...ที่ภาษาธรรมะเรียกว่า อัตตวาทุปาทาน

อัตตวาทุปาทานคือความยึดมั่นในตัวตนว่าฉันมี-ฉันเป็น คำสอนอันนี้จะทำให้เกิดความสงบไม่ได้ เพราะยังมีตัวให้เห็นแก่ตัว ตราบใดที่คนเรายังเห็นแก่ตัวอยู่ก็ย่อมไม่มีโอกาสที่จะให้เกิดความสงบอย่างแท้จริงในด้านจิตใจ

ความสงบอันแท้จริงนั้นจะเกิดขึ้นก็ต่อเมื่อเราทำลายความเห็นแก่ตัวหมดไป เข้าใจในคำว่า **"อนัตตา"** ถูกต้องแล้วเอามาปฏิบัติขัดเกลาจนกระทั่งว่า **ความคิดในเรื่องที่เป็นตัวเป็นตนนั้นไม่มี แล้วก็ไม่มี "ตัว" ที่จะให้เห็น** เห็นเป็นแต่เพียงธรรมชาติที่มันเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป ตามเรื่องของธรรมชาติ ไม่มีอะไรที่เรียกว่าเป็นเนื้อแท้เป็นตัวตน ที่เราจะเข้าไปยึดไปถือ นั่นแหละมีช่องทางที่จะให้เกิดสันติสุขขึ้นในใจอย่างแท้จริง

หลักคำสอนอันนี้ไม่มีอยู่ในองค์การสหประชาชาติ แล้วก็ไม่มีใครพิมพ์คำสอนประเภทนี้ไปแจกเป็นของขวัญให้แก่พวกที่ประชุมที่องค์การสหประชาชาติ มันน่าจะมี ต่อไปข้างหน้าน่าจะแปลคำสอนประเภทที่ว่า **ไม่เห็นแก่ตัว** การทำลายตัวตนให้หมดไป ให้จิตบริสุทธิ์ขึ้นมา เป็นหลักคำสอนที่ไม่มีสอนในศาสนาอื่น ชาวโลกยังไม่รู้ ไม่เข้าใจ

เขาจะสร้างสันติสุขกัน เช่นว่าจะลดอาวุธ มันลดไม่ได้

อาวุธนี่มันลดไม่ได้ คือเพียงแต่จะไปพูดเพื่อจะลดก็ยังไม่ตกลงกัน แล้วมันจะลดกันได้อย่างไร เพียงแต่จะตกลงว่าจะประชุมกันเมื่อใด ก็ยังตกลงกันไม่ได้ ยังเกี่ยงงอนกันด้วยประการต่าง ๆ **ไอ้ความเกี่ยงงอนทั้งหลายนี่มันเกิดจากอะไร? เกิดจากความเห็นแก่ตัวนั่นเอง ไม่มีความเสียสละต่อกัน เอาตัวเข้าไปสู้กัน เอาตัวเข้าไปแข่งกัน**

ในกระเป๋าเจมส์บอนที่หิ้วกันไปนั้น มีแต่เอกสารที่เป็นเรื่องเอารัดเอาเปรียบกันทั้งนั้น ไม่ยอมกันเลยเป็นอันขาด ต่างคนต่างก็ไม่ลดราวาศอกให้แก่กันและกัน แข็งข้อเข้าหากัน **เอากิเลสไปพูดกัน แล้วมันจะสงบได้อย่างไร** ถ้าเอากิเลสพูดกันแล้วมันไม่สงบ

เหมือนกับสามีภรรยาเถียงกัน เถียงกันตั้งแต่หัวค่ำจนสว่าง ไม่ได้นอนทั้งคู่ เพราะ**ต่างคนต่างไม่ยอม** เมียก็ไม่ยอม *ไม่ได้ยอมไม่ได้ เรื่องนี้ยอมไม่ได้* ผัวก็ว่า *ไม่ได้ ยอมไม่ได้* แล้วก็นั่งเถียงกันอยู่อย่างนั้นไม่ได้หลับได้นอนเลย **ต่างคนต่างมีทิฏฐิมานะ** สำคัญตัวว่าเป็นอย่างนั้น สำคัญตัวว่าเป็นอย่างนี้ ลดสักนิดก็ไม่ได้ ถ้าลดเพียงคนละครึ่งเซนต์เท่านั้น ไม่ต้องมากหรอก มันก็พอจะยิ้มกันได้แล้ว ลดลงไปสักหน่อย แต่ไม่ได้ **เสียเหลี่ยม** เหลี่ยมอะไร ? เหลี่ยมของ **"ตัว"** นั่นเอง ไอ้ **"ตัว"** มันอยู่ นึกว่าไม่ได้ *ฉันไม่ยอม ยอมไม่ได้ ยอมมาหลายหนแล้ว ไม่ได้ ๆ ทีนี้มันต้องเอาจริงเอาจังกัน* ต้องเด็ดขาด

แล้วมันเกิดอะไรขึ้นมา เมื่อเราเด็ดขาดแล้ว มันเกิดอะไร ? มันก็เกิดความแตกแยกกัน เกิดความร้าวฉานในครอบครัว เลยอยู่กันไม่เป็นสุขเพราะเหตุการณ์อย่างนี้

นี่คือเราไม่รู้จักลด *"อัตตา"* ให้มันน้อยลงไป คนเรามันมีแต่เรื่องเพิ่มอัตตา เพิ่มให้มันใหญ่ขึ้นไปเรื่อย ๆ ไปไหนก็ต้องมีอัตตาไปด้วย มีตัวมีตนไปด้วย ก็ลำบากใจ เข้ากับใครก็ไม่ได้ ทำอะไรก็ไม่ได้ มี *"ตัว"* คอยขวางอยู่ตลอดเวลา เกิดเป็นปัญหาหนักใจ ความหนักใจนั้นก็คือหนักเพราะยึดมั่นถือมั่น แต่ถ้าเราผ่อนคลายความยึดมั่นถือมั่นให้น้อยลงไป ใจมันก็ค่อยเบาโปร่งขึ้น เหมือนกับที่เราสวดมนต์ว่า

ภารา หะเว ปัญจักขันธา–ขันธ์ห้าเป็นภาระหนักเน้อ

ภาระหาโร จะ ปุคคะโล–บุคคลนั้นแหละเป็นผู้แบกของหนักพาไป

ภาราทานัง ทุกขัง โลเก – การแบกของหนักเป็นความทุกข์ในโลก

นิกขิปิตวา คะรุง ภารัง – การละวางของหนักเสียได้เป็นความสุข

อัญญัง ภารัง อะนาทิยะ–ไม่ถือเอาภาระอื่นขึ้นมาอีก

มันก็เป็นสุข เมื่อวางได้มันก็เป็นสุข ถอนได้มันก็เป็นสุข คลายออกไปได้ก็เป็นสุข แต่มันคลายไม่ออก ยึดไว้กำไว้ไม่ยอมคลาย

คล้ายกับเรื่อง**ศรีธนญชัย** ที่ว่าคนไปกอดเสา แล้วก็ไม่**รู้จะเอาออกอย่างไร** ความจริงมือของตัว คลายออกก็ได้ แต่กอดไว้อย่างนั้น ร้องไห้ร้องห่มว่า*จะเอาออกได้อย่างไร ออกได้อย่างไร* ศรีธนญชัยต้องไปช่วยแก้ให้ แปลว่าคนสมัยนั้นโง่มาก ศรีธนญชัยฉลาดคนเดียวเท่านั้นเอง ฉลาดในเรื่องที่ไม่เข้าเรื่องอะไรหรอก เรียกว่าพอคลายมือออก มันก็ออกได้แล้ว แต่นี่มันเป็นปริศนาธรรม ไม่ใช่เรื่องนิทานธรรมดา เป็นปริศนาธรรมสอนใจว่า...

ไอ้เรื่องเล็ก ๆ เส้นผมบังภูเขานี่เราไม่ค่อยจะมองเห็นปัญหาเล็กน้อย เรามองไม่ค่อยเห็น บางทีเราไปคิดปัญหาใหญ่โตมโหฬาร แต่ปัญหาเล็ก ๆ ที่เราควรจะสะสางเราไม่สะสาง แก้ไม่ออก เหมือนคนเอามือไปกอดเสาแล้วก็ปล่อยไม่ได้

ความจริงมันก็ไม่ยากอะไรหรอก เพียงเปลี่ยนจิตใจว่า *วางเสียทีเถอะ อย่าไปกอดไว้* มันก็หลุดไปเท่านั้นเอง แต่นี่มันวางไม่ลง ไปกอดไว้ เสานั้นก็คือ**ตัวตน**นั่นเอง ทีนี้อาการ**ที่เข้าไปกอด** ก็หมายความว่าเข้าไปยึดไปถือไว้ ว่าเป็น**ตัวฉัน** เป็น**ของฉัน** แล้วอะไรฉัน อะไร ฉัน ๆ ๆ มากมายก่ายกอง มันมากขึ้นทุกวันทุกเวลา **ภาระทางใจมันหนักเพราะความยึดถือในเรื่องอย่างนั้น** ทีนี้เมื่อเราเข้าไปยึดถือมาก เรื่องมันก็มาก

เช่นเรื่องลูกนี้แหละ **ถ้าเรายึดถือในเรื่องลูกของเรา**

ลูกฉัน ลูกฉันเป็นอย่างนั้นก็ต้องนั่งเป็นทุกข์ ลูกฉันเป็นอย่างนี้ก็ต้องไปนั่งเป็นทุกข์กับลูกต่อไป เวลาเขาดี เอ้า!พลอยดีใจกับเขาหน่อย เวลาเขาไม่ดี อ้าว ! พลอยเป็นทุกข์กับเขาหน่อย ใจก็ขึ้นบ้างลงบ้าง วิ่งๆ เต้นๆ ขึ้นๆ ลงๆ กับลูกคนนั้นบ้างกับลูกคนนี้บ้าง กับเรื่องนั้นบ้าง กับเรื่องนี้บ้าง มีปัญหามากมายทำให้สภาพจิตใจไม่ปกติ

สภาพจิตที่ปกติก็คือไม่ขึ้นไม่ลง ถ้าเรียกตามภาษาในทางธรรมก็ว่า **ไม่ยินดีไม่ยินร้ายในเรื่องอะไรต่าง ๆ ที่มากระทบ** เพราะยินดีมันก็เกิดความทุกข์เหมือนกัน ยินร้ายมันก็เกิดความทุกข์เหมือนกัน แต่ถ้าเราไม่คิดให้ละเอียดก็ไม่เห็น เห็นแต่เพียงว่ายินดีก็หัวเราะชอบใจ สบายใจ แต่ไม่ได้นึกว่าหลังจากนั้นมันจะมีอะไร เราได้สิ่งนั้นแล้วจะมีอะไร หลังจากเราเป็นอย่างนั้นแล้ว เราจะมีอะไรขึ้นมา เราไม่ได้คิด

เหมือนคนอยากจะเป็นอะไร **สมมติว่าจะเป็นนายกรัฐมนตรี** ไอ้เวลาอยากจะเป็น ก็ไม่ได้คิดว่าเป็นแล้วมันจะมีภาระอะไร มันหนักอย่างไร ไม่คิดหรอก คิดขอให้เพียงได้เป็นสักทีหนึ่ง *พอเป็นเข้าไปแล้วก็ต้องไปนั่งกุมขมับอยู่ตลอดเวลา*ภาระเศรษฐกิจ การเมือง การสังคม คนภายใน คนภายนอก โอ๊ย ! มีแต่เรื่อง อะไรล่ะ *เสือ สิงห์ กระทิง แรด* มันมีเยอะแยะอยู่ในที่นั้น มองหน้าไปที่ไหนล้วนแต่ว่าไม่สบายใจ มีปัญหาแต่ว่าลงไม่ได้ เขาเรียกว่า **ขึ้นนั่งบนหลังเสือ** ลงไม่ได้ ลงเสือกัด

ทีนี้ก็ต้องนั่งไป เป็นทุกข์ต่อไป

น่าจะเขียนภาพเสือสักตัวหนึ่ง เป็นเสือลายพาดกลอน แล้วมีคนหนึ่งขึ้นไปนั่งอยู่ ทำหน้าให้ยุ่งหน่อย แสดงถึงความเป็นทุกข์ แล้วเขียนใต้ภาพว่า **นั่งบนหลังเสือเป็นทุกข์ขนาดไหนลองคิดเอาเองเถิด** เขียนไว้อย่างนั้นแหละ เป็นภาพเอาไปให้ใคร ๆ ที่เขาเป็นทุกข์อยู่บนหลังเสือได้พิจารณา

แต่ว่าคนเรามันก็ไม่ยอมลงจากหลังเสือหรอก ความจริงลงได้ ลงได้ แต่ที่ลงไม่ได้ เพราะไม่ยอมลง เพราะใจมันยังอยากเป็นอยู่ก็ลงไม่ได้ มันเป็นอย่างนี้แหละ ไม่ว่าตำแหน่งอะไร ใครเป็นเข้าแล้วมันก็เป็นทุกข์ทั้งนั้น ถ้าจิตใจไม่มีปัญญามันก็มีความทุกข์ มีความเดือดร้อนใจ

เป็นสมภารเจ้าวัดนี่ ภาระมันก็เต็มวัดเหมือนกัน มีเรื่องเยอะที่เกิดขึ้น เราต้องแก้ไข **ถ้าไม่มีหลักธรรมประจำจิตใจก็เป็นโรคประสาท** สมภารเป็นโรคประสาทไปตั้งหลายองค์ บางองค์ก็ต้องผูกคอตาย เพราะมีปัญหา ไม่ประพฤติธรรม มัวแต่ไปทำเรื่องอื่น พอมีเรื่องกลุ้มใจ *โอ๊ย! กูไม่รู้จะทำอย่างไรแล้ว โลกนี้มันคับแคบ ขืนอยู่ไปก็ลำบาก ตายดีกว่า* เอ๊ะ! ตายอย่างไรดี ? ผูกคอตายสะดวกดี เลยก็ผูกคอในกุฏิของตัวเองตายไป

นั่นมันเรื่องกลุ้มทั้งนั้นแหละ แล้วเป็นการ**ประกาศยี่ห้อว่าไม่ศึกษาธรรมะ แล้วไม่ปฏิบัติธรรมะ** จึงได้มีอาการเช่นนั้น

ถ้าได้ศึกษาธรรมะให้ละเอียด แล้วเอามาปฏิบัติในชีวิตประจำวัน

คำว่า "ปฏิบัติในชีวิตประจำวัน" หมายความว่าเอา **หลักธรรมะซึ่งเป็นตัวธรรมชาติที่พระพุทธเจ้าสอนไว้นี่แหละมาเป็นเครื่องปลอบโยนจิตใจ** คิดให้เห็นตามสภาพที่เป็นจริงว่าอะไรมันเป็นอะไร แล้วก็นั่งยิ้มได้ หัวเราะตัวเองได้ ไม่ต้องกลุ้มใจต่อไป โรคประสาทมันก็หายไป *ใครที่เป็นโรคประสาทก็เป็นเพราะเรื่องนี้แหละ..เรื่องกลุ้มใจเรื่องไม่รู้เท่าทันต่ออารมณ์ที่มากระทบ สภาพจิตใจวุ่นวาย*

ก็สามารถที่จะปล่อยวางได้ ถ้าเราทำได้ ทำใจให้ปล่อยวางเสีย ไม่ยึดมั่นถือมั่น ให้นึกแต่เพียงว่า *ธรรมชาติมันเกิดขึ้น เป็นอยู่ ดับไป ไม่ใช่ตัวเรา ไม่ใช่ของเรา ไม่มีอะไรที่เป็นเนื้อแท้ คือเป็นตัวเป็นตนอย่างแท้จริง* สมัยก่อนนี้เวลาคนจะเข้ามาบวชในพระพุทธศาสนา เขาก็ให้ท่องคำปัจจเวกขณ์ คำปัจจเวกขณ์ที่ท่องอันแรกคือว่า

ยะถาปัจจะยัง ปะวัตตะมานัง – สิ่งทั้งหลายเป็นไปตามธรรมชาติ ตามเหตุตามปัจจัยของธรรมชาติ

ธาตุมัตตะเมเวตัง..นั่นเป็นสักแต่เพียงว่าธาตุเท่านั้น

ธาตุมัตตะโก..เป็นสักแต่ว่าธาตุ

นิสสัตโต..ไม่ใช่สัตว์

นิชชีโว..ไม่ใช่ชีวะ

สุญโญ..เป็นของว่าง เป็นของเปล่า

ให้พิจารณา ๓ อย่างว่า **ธาตุมัตตะโก**..เป็นสักแต่ว่าธาตุ, **นิสสัตโต, นิชชีโว**..ไม่ใช่ชีวะ **สุญโญ** เป็นของว่างเปล่า *มันเกิดขึ้นไหลไปตามธรรมชาติเท่านั้น เราอย่าไปจับเอาตอนใดตอนหนึ่งของกระแสแห่งความเปลี่ยนแปลงตามกฎ ธรรมชาตินั้นว่าเป็นของเราเข้า* เราก็จะสบายใจ ไม่มีความทุกข์ทางใจ

ที่เรียกว่าเป็นสัตว์ก็เป็นคำสมมติ **เป็นบุคคล**ก็เป็นคำสมมติ **เป็นตัวตน**ก็เป็นคำสมมติ ไม่ใช่ของแท้ แล้วยังสมมติทับลงไปอีกว่าชื่อนั้นชื่อนี้ คุณนั่นคุณนี่ แล้วก็สมมติทับชื่อลงไปอีกว่าเป็น คุณหญิงนั่น คุณนายนี่ ท่านผู้หญิงนั้น ท่านผู้หญิงนี้ ยิ่งให้มันยุ่งขึ้นไปเรื่อยๆ

เรียกว่าสร้างภาพให้มันยึดถือมากมายขึ้นไป แล้วก็กลายเป็นหนักอกหนักใจ อะไรต่าง ๆ นานา นี่มันเป็นเรื่องของสังคม เป็นเรื่องของธรรมชาติ **เรื่องลาภ เรื่องยศ เรื่องสรรเสริญ เรื่องความสุข** เขาเรียกว่า **เป็นโลกธรรม เป็นธรรมที่มีอยู่ในโลก** เราอยู่ในโลกก็ต้องพบสิ่งนี้บ้าง เหมือนกับเราเดินทางไกล ต้องข้ามน้ำบ้าง ขึ้นเขาบ้าง ลงห้วยบ้าง พบกับความลำบากบ้าง พบกับความสบายบ้าง ชีวิตมันก็เป็นอย่างนั้น

เราอยู่ในโลก บางทีก็ได้ลาภ บางทีก็เสื่อมลาภ บางทีก็ได้ยศแล้วก็เสื่อมยศ บางทีก็ได้รับคำสรรเสริญป้อยอ บางคราว ก็มีคนมานั่งนินทาเราต่อหน้าก็มี ว่าเราเจ็บ ๆ แสบ ๆ

บางทีก็เป็นความสุข บางทีก็เป็นความทุกข์ มันเป็นโลกธรรม เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นกระทบกระเทือนจิตใจ เมื่อสิ่งนั้นมากระทบ มันมี ๒ ฝ่าย ฝ่ายที่เราควรจะสบายใจ พอใจ เรียกว่า "**อิฏฐารมณ์**" คืออารมณ์ที่น่าปรารถนา ฝ่ายที่ไม่น่าพอใจเรียกว่า "**อนิฏฐารมณ์**" คืออารมณ์ที่ไม่น่าปรารถนา

เรื่องลาภ เรื่องยศ สรรเสริญ สุข เป็น **อิฏฐารมณ์** เป็นอารมณ์ที่น่าพอใจ สำหรับคนที่ยังหลงใหลมัวเมาในสิ่งนั้น

ส่วนเรื่องเสื่อมลาภ เสื่อมยศ นินทา ทุกข์ เป็น **อนิฏฐารมณ์** เป็นอารมณ์ที่ไม่น่าพอใจ มันก็มากระทบเรา

เวลาใครได้ลาภก็ดีใจ โชคดีวันนี้ถูกล้อตเตอรี่ หรือว่าได้ของนั้นได้ของนี้ เป็นเรื่องชื่นใจ พอใจ หรือว่าเราได้รับการเลื่อนยศขึ้น การได้ยศ มันก็มีการเสื่อมยศได้เหมือนกัน **ยศนี่มันก็คือหัวโขนนั่นเองที่เขาเอามาสวมให้แก่เรา** สวมให้เราเต้นไปตามจังหวะของบทเพลงต่อไป

พระพุทธเจ้าท่านสอนไว้ว่า.. **ยะโส ลัทธา นะ มัชเชยยะ.. ได้ยศแล้วอย่าเมาในยศที่ตัวได้**

ให้นึกแต่เพียงว่า *โลกเขาสมมติให้เราเป็น เพื่อให้เราทำงานเพื่อให้เราใช้ชีวิตให้เป็นประโยชน์* ถ้าได้ยศแล้วเอามาแบกไว้ เอามาถือไว้ ยศนั้นกลับเป็นภูเขาทับดวงใจของเรา เรานอนหนักยศอยู่ตลอดเวลา มันก็เป็นปัญหาไปเสียเปล่า ๆ

เวลาใครมาสรรเสริญอย่าไปเพลินเข้า เพราะคน

สรรเสริญเรานั้น เขาต้องการอะไรจากเราสักอย่างหนึ่ง เช่น เราเป็นคนมีสตางค์ เขามาถึงก็ว่า ได้รับข่าวท่านมานานแล้ว เขาว่าเป็นคนใจดี ขี้สงสารคน ใครมาพึ่งพาอาศัยแล้วไม่ผิดหวังกลับไปทั้งนั้นแหละ นี่ยอ

เหมือนชูชกยอพระเวสสันดร พอไปถึงก็ยกแม่น้ำทั้งห้าเข้ามาล่อเลย บอกว่า แม่น้ำห้าสายไหลหลั่งเต็มฝั่ง ทำให้เกิดแม่น้ำใหญ่ ทำให้ห้วงสมุทรเต็ม พูดใหญ่เลย พูดไปพูดมาจะขอลูกชายลูกหญิงไปเป็นทาสหน่อย ขอพระเวสสันดรแต่ยอเสียนานเลย นี่เป็นตัวอย่าง

เพราะฉะนั้นคนใดมาหาเรา พอมาถึงเปิดฉากยอละก็ต้องระวัง **เตรียมสติไว้ให้ดีเถอะ** จะเสียสตางค์แล้ว คนเดี๋ยวนี้มันเก่ง คนมันอย่างนั้นแหละ มาถึงไม่ขอทันที ต้องยอก่อน ถ้ายอก่อนแล้วจำไว้เถอะ ไอ้นี่มีแผนแล้ว ไม่รู้ว่าจะมาขออะไร

บางคนมาหา มาถึงก็ยอ ก็บอกว่า คุณไม่ต้องยอ คุณมีธุระอะไรว่าไปดีกว่า ต้องการอะไร

เขาบอกว่า *ค่ารถไม่ค่อยมีกลับบ้าน* "ทำไมไม่มีค่ารถ" "*เพิ่งออกจากคุกมาไม่รู้จะไปไหน นึกถึงหลวงพ่อ*" "เอ.. ออกจากคุกนี่เขาให้ไปเบิกสตางค์กลับบ้านนี่" "*เขาให้แล้วแต่ผมใช้เสียหมด เลยไม่ได้กลับบ้าน*"

"อ้าว..มันเป็นความผิดของเธอ เมื่อเธอใช้แล้วก็ต้องไปหาได้ วันนี้ฉันไม่มีสตางค์จะให้ เมื่อวานมีเธอไม่มา มา

วันนี้มันผิดเวลา”

ว่าไปอย่างนั้น มันก็งงเหมือนกัน เลยลงจากกุฏิไปเท่านั้นเอง เพราะว่ามันผิดเวลา วันนี้มาผิดเวลา บางทีบอกว่าวันนี้วันเสาร์ เบิกสตางค์ไม่ได้ สตางค์อยู่ที่ธนาคาร ฉันไม่ได้เก็บไว้ที่วัด กลัวขโมยจะมาจี้ นี่เธอมาวันอาทิตย์วันเสาร์จะมีสตางค์ที่ไหนให้ เขาก็นั่งงงๆ แล้วก็ไปเท่านั้นเอง อย่างนี้ก็มีชาวบ้านก็เหมือนกัน ใครเข้าบ้านต้องระวัง มันพูดยกยอปอปั้นอย่างนั้นอย่างนี้ **ถ้าเราลอยลมไปกับคำยอ เดี๋ยวก็เสียสตางค์อีก** แล้วมันก็ขาดทุน ไม่ได้...คำสรรเสริญนี่เมาไม่ได้

ความสุขก็เมาไม่ได้ เป็นสุขก็อย่าคิดว่าเป็นสุข เป็นทุกข์ก็อย่าคิดว่าเป็นทุกข์ เวลาเสื่อมลาภ เสื่อมยศ ได้รับคำนินทา ได้รับความทุกข์ก็อย่าไปตกใจ อย่าไปเสียใจกับสิ่งเหล่านี้ แต่เราก็ต้องรู้ว่า นี่แหละคือธรรมชาติของโลก ธรรมชาติทั้งหลายมีการเกิดแล้วก็มีการดับ

ธรรมชาติมันไม่อยู่นิ่ง เรียกว่ามีความเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา อะไรมันเกิดขึ้น มันก็แผล็บเดียวเท่านั้นแล้วมันก็ดับไป ความสุขแผล็บเดียว ความทุกข์มันก็แผล็บเดียว คำนินทาก็เท่านั้นแหละ คำสรรเสริญก็เท่านั้น ถ้าคิดให้ดีแล้วมันก็เท่ากัน ได้ลาภเสื่อมลาภมันก็เท่ากัน ได้ยศเสื่อมยศมันก็เท่ากัน ได้รับคำสรรเสริญนินทา **คิดให้ดีมันก็เท่ากัน** หรือได้รับความสุขกับทุกข์มันก็เท่ากัน...

๖ ชีวิตนี้ต้องการอะไร ๖

มันเท่ากันตรงไหน **มันเท่ากันตรงที่มันเป็นอารมณ์มากระทบจิตเราเท่านั้นเอง** เมื่อกระทบแล้วมันก็หายไป เหมือนคลื่นกระทบฝั่ง กระทบแล้วมันก็หายไป กระทบแล้วมันก็หายไป ใครไปเที่ยวชายทะเล ไปดูคลื่นม้วนตัวเข้ามากระทบฝั่งแล้วก็หายไป แต่มันก็ไม่หยุด เพราะยังมีลมพัดอยู่ ลมพัดอยู่ตราบใด คลื่นก็ยังมีอยู่ตราบนั้น

อารมณ์ต่าง ๆ มีมากระทบเรา เพราะเราเปิดประตูรับมันไว้ ถ้าเราไม่เปิดประตูรับ มันก็ไม่มีอะไร ทีนี้ปิดอย่างไร ปิดคือไม่รับ แล้วก็ต้องใช้ปัญญาให้ทันท่วงที เรียกว่ามี **"สัมปชัญญะ"** คือ **ตัวปัญญานั่นแหละ** แต่มันมาทันท่วงที มารู้เท่ารู้ทันว่าสิ่งนี้คืออะไร มันเกิดขึ้นแล้วแก่จิตใจของเรา จิตใจของเรามันมีของแท้ของจริงหรือไม่ สิ่งที่มากระทบมันจริงมันแท้หรือไม่ พิจารณาให้เห็นว่า*มันเป็นแต่เพียงธรรมชาติกระทบกัน ไม่มีอะไรเกิดขึ้นจากสิ่งนั้น* ถ้าเราฉลาดมันก็ไม่เกิด ถ้าเราโง่เมื่อใด สิ่งนั้นก็ให้พิษแก่เรา ให้ภัยแก่เรา

เพราะเราโง่ เรายินดี ก็เป็นทุกข์เพราะยินดี เรายินร้ายก็เป็นทุกข์เพราะยินร้าย **ยินดีเรื่องได้เป็นทุกข์เพราะได้ ยินร้ายเรื่องเสีย ก็เป็นทุกข์เพราะการเสียไปสูญไปในเรื่องนั้นๆ** มันอยู่กันในรูปอย่างนี้ตลอดเวลา เราต้องใช้ปัญญาพิจารณา ในสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นเฉพาะหน้า **ที่พระพุทธเจ้าท่านสอนว่าให้พิจารณาสิ่งที่เกิดเฉพาะหน้า สิ่งใดล่วงแล้วให้แล้วกันไป**

สิ่งใดยังไม่มาถึง ยังไม่ต้องคิดถึง

สิ่งที่เกิดเฉพาะหน้าก็หมายถึงอารมณ์ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ที่มากระทบ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ของเรา นั่นคือสิ่งที่เกิดเฉพาะหน้า เราก็เพ่งพิจารณาในสิ่งนั้น ให้เห็นว่ามันไม่มีอะไรที่เป็นเนื้อแท้ มันเป็นแต่เรื่องของธรรมชาติ ที่เกิดขึ้นตั้งอยู่ดับไป เกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป เท่านั้น แล้วสิ่งนั้นมันก็ไม่ทำให้เรากระทบกระเทือนอะไร จิตใจเป็นปกติ

ทำอย่างนี้บ่อย ๆ คิดไว้ในรูปอย่างนี้บ่อย ๆ สภาพจิตใจของเราก็เกิดความเปลี่ยนแปลง คือ เกิดความเปลี่ยนแปลงจากความไม่รู้ มาเป็นความรู้ความเข้าใจ จากอวิชชามาเป็นวิชชาคือความรู้ถูกต้องในเรื่องนั้น ๆ ตามสภาพที่เป็นจริง จะได้จะเสีย จะขึ้น จะลง มันก็เฉย ๆ เพราะเราปลงอยู่ในใจว่าธรรมชาติมันเป็นอย่างนั้นเอง ไม่มีอะไรยิ่งไปกว่านั้น จิตใจก็อยู่ในสภาพสงบ อันนี้แหละคือความต้องการของชีวิตที่แท้จริง เราปฏิบัติก็ต้องมุ่งไปในรูปอย่างนี้ ทำใจให้ได้อย่างนี้ ให้เห็นประโยชน์ของพระศาสนาที่เรานับถือ ว่าเป็นประโยชน์อย่างแท้จริงแก่ตัวเราอย่างไร

เมื่อวานนี้ได้สัมภาษณ์ยุวพุทธฯ ที่เขามาหา บางคนก็มีการศึกษา เป็นครูบาอาจารย์ แล้วก็ถามว่า มาเป็นยุวพุทธฯ เมื่อไร *ก็มาเป็นสมาชิก ๒ ปีแล้ว* ๒ ปีนี่ได้อะไรบ้าง *ก็ได้ธรรมะไปใช้ในชีวิตประจำวัน* ถามว่า เอาไปใช้อย่างไร *เอา*

ไปใช้เป็นเครื่องกั้นกิเลส ไม่ให้เกิดขึ้นรบกวนจิตใจ ได้รู้เท่า รู้ทันต่ออารมณ์ที่มากระทบ มีจิตใจสงบ ทำงานสบายขึ้น การเงินการทองก็ไม่ฝืดเคือง เพราะควบคุมความอยากได้ ไม่กระวนกระวายในสิ่งที่ไม่จำเป็น แต่งตัวเท่าที่จำเป็น กินเท่าที่จำเป็น มีความเป็นอยู่เท่าที่จำเป็น ก็ไม่ต้องลำบากด้วยปัญหาอะไรต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิต เพราะไม่มีความเห่อเหิมทะเยอทะยานไปกับชาวโลกในสิ่งที่ไม่เข้าเรื่อง ส่วนการงานก็ดีขึ้น เพราะว่ามีความรักงาน ที่ได้รักงานก็เพราะรู้สึกว่าเรามีหน้าที่ที่จะต้องปฏิบัติ เพราะการทำงาน คือ การปฏิบัติธรรม การปฏิบัติธรรมก็คือการทำงานที่ตนมี ที่ตนจะต้องทำ ทำด้วยปัญญา ทำด้วยความรู้เท่ารู้ทัน ก็มีความสุข

ได้ฟังคนหนุ่มคนสาวเขาพูดอย่างนั้น ก็รู้สึกว่าพลอยดีใจด้วย ก็เลยบอกว่า *"เจริญต่อไป ทำต่อไป"* อย่าทำคนเดียว หาสมัครพรรคพวกมาร่วมกันให้มาก ๆ ให้กลายเป็น **"กองทัพธรรม"** ที่ยิ่งใหญ่ จะได้ช่วยกันปราบความชั่วร้ายที่กำลังเกิดขึ้นในสังคมมากอยู่เหมือนกัน

ความจริง ส่วนชั่วมันมากกว่าส่วนดี ที่เกิดขึ้นอยู่ในสังคมปัจจุบันนี้ **เราต้องสนับสนุนกำลังฝ่ายดีให้เพิ่มมากขึ้น ให้กองทัพธรรมมีกำลังเพิ่มขึ้น แล้วจะได้ช่วยกันปราบสิ่งชั่วร้าย** เพราะว่าเมื่อความดีมาก ความชั่วมันก็หายไปเอง มันไม่ปรากฏ จิตใจเราก็ไม่วุ่นวายกับสิ่งชั่วร้ายทั้งหลาย อยู่กัน

ด้วยความสุข ความสงบในครอบครัวในการงานในสังคมก็มี เพราะได้อาศัยธรรมะของพระพุทธเจ้า

เราทั้งหลายที่เรียกตัวเองว่าเป็น **"พุทธบริษัท"** อย่าให้เสียทีที่ได้เป็นพุทธบริษัท คือต้องให้ได้รับประโยชน์ *อยู่ใต้ต้นมะม่วง อย่าให้มันหล่นทับตัวจนบวมไป แล้วก็ไม่ได้กินผลมันเลยสักผลเดียว* อย่างนี้ใช้ไม่ได้ ต้องให้ได้กิน อย่าเป็นเพียงมดแดงที่เที่ยวไต่ลูกมะม่วงสุกอยู่ แต่ไม่รู้จะกินอย่างไร มันกัดไม่เข้า เพราะว่าปากมันเล็กนั่นเอง ไม่ใช่เรื่องอะไร คนเรานี่มีปัญญาที่จะกินมะม่วงได้ **ธรรมะของพระพุทธเจ้าเหมือนมะม่วงที่สุกงอม เรานี่ถ้าเป็นมดแดงก็ไม่ได้ประโยชน์อะไร ต้องเป็นคนที่ใช้สติปัญญาเพื่อเก็บมะม่วงผลนั้นมาปอกแล้วรับประทานเข้าไป เพื่อให้เกิดความชื่นอกชื่นใจ จากรสหวานของมะม่วงผลนั้นให้ได้** จึงจะไม่เสียทีที่ได้เกิดมาเป็นคนไทยได้พบพระพุทธศาสนา

ชาวพุทธเรานั้น ควรจะมีชีวิตอยู่ด้วยความไม่เป็นทุกข์ ไม่เป็นโรคประสาท ไม่มีความวิตกกังวลด้วยปัญหาอะไร ๆ นั่นแหละจึงจะชื่อว่าได้ประโยชน์จากพระพุทธศาสนาที่เรานับถือ ประโยชน์อันนี้เราต้องทำเอาเอง คนอื่นทำให้ไม่ได้ ทำได้แต่เพียงว่า ชี้แนะแนวทางให้เราเข้าใจ เมื่อเข้าใจแล้วก็เอาไปปฏิบัติในชีวิตประจำวัน เครื่องทดสอบมีทุกวัน

สมมติว่า เราฟังเทศน์เสร็จแล้วกลับบ้าน พอไปถึงบ้าน

ก็มีเครื่องทดสอบแล้ว อาจจะมีใครสักคนหนึ่งมาพูดยั่วให้เราโกรธ ถ้าเราโกรธ ไปวัดแล้วยังกลับมาโกรธ เด็กก็จะว่า *"คุณยายนี่ไปวัดทุกวันอาทิตย์ กลับมาโกรธเป็นฟืนเป็นไฟ"* เสียเหลี่ยมอุบาสิกาเข้าไปแล้ว อุบาสกก็เหมือนกัน ถ้ากลับไปบ้านทำอะไรไม่เหมาะ เขาก็จะว่าได้ เราจึงต้องทำในใจไว้ว่า

"ฉันจะไม่โกรธใคร ฉันจะไม่เคืองใคร ใครจะพูดอะไรฉันก็จะฟังเฉย ๆ ไม่เอามาเป็นอารมณ์ ไม่ไปนึกว่า เขาว่าฉันด่าฉัน ชมฉัน อะไรฉัน แต่มันเป็นแต่เพียงสิ่งหนึ่ง ออกจากปาก ปากอ้า ลมออกมากลายเป็นเสียง แล้วก็มาเข้าหู หูก็ไม่ใช่หูฉัน เสียงก็ไม่ใช่เสียงฉัน คนด่าก็ไม่มี ที่แท้ มันเป็นตัวอันหนึ่งซึ่งถูกกิเลสครอบงำ มันจึงเปล่งเสียงหยาบ ๆ ออกมาอย่างนั้น เราจะไปโกรธก็ใช่ที่ เสียกำลังใจเปล่า ๆ"

สิ่งควรทำก็คือว่า เราจะสอนคนนั้นด้วยการไม่โกรธด้วยการมีอารมณ์ยิ้มแย้มแจ่มใส มองเห็นการกระทำของคนนั้นเป็นเรื่องน่าขำน่าขันไป แล้วก็นั่งยิ้มอยู่ในใจ ถึงยิ้มด้วยอาการทางปากก็ไม่เป็นไร คนนั้นก็จะคิดว่า *แหม..ไปวัดมาวันนี้อินทรีย์แก่กล้า ด่าไม่เจ็บแล้ว* ค่อยดีหน่อย เขาก็จะชมเรา หรือว่าคนอื่น ๆ ที่เราไปพบ เขาอาจจะแกล้งยั่วเราอย่างนั้นอย่างนี้ก็ได้

เหมือนคนบวชแล้วสึกใหม่ ๆ นี้ พอสึกไปก็ถูกว่า *แหมไปอยู่วัดหัวล้านแววเชียวนะ* ถ้าเราโกรธที่มันว่าเราหัวล้าน

เราก็จะด่าเข้าให้ เราก็จะเสียเหลี่ยม เรียกว่าบวช ๓ เดือนยังไม่ได้เรื่องอะไร เวลาเขาบอกว่าเราหัวล้าน เราก็ว่า *หัวล้านก็ยังดีกว่าหัวรก ไม่ต้องซื้อครีมใส่หัว* เราพูดยิ้ม ๆ อย่างนั้น เขาก็รู้ว่า *อ้อ! ใจดี ไม่เหมือนเมื่อก่อน ไม่เป็นคนขี้โกรธ อารมณ์เก่า ๆ หายไป* นี่ก็แสดงว่าได้ผลจากการที่มาวัดที่มาศึกษาธรรมะ มาปฏิบัติธรรมะ สภาพจิตใจที่เคยยึดมั่นถือมั่นในเรื่องอะไร ๆ ก็ค่อยวางลงไป เบาขึ้น โปร่งขึ้น ไม่หนักอกหนักใจ

อารมณ์เก่า ๆ บางทีมันเก่ามาหลายปีแล้ว ว่าง ๆ ก็นั่งคิดถึงเสียหน่อย น้ำตาไหล ไม่ได้เรื่องอะไร มันเรื่องอะไรที่ปล่อยให้กิเลสครอบงำใจอย่างนั้น **ปล่อยให้ความทุกข์เกิดขึ้นในใจอย่างนั้น แสดงว่าสตินน้อยไป ปัญญาน้อยไป จึงได้แสดงอาการอย่างนั้นออกมา** ถ้าเรามีสติปัญญากำกับจิตใจและทำไว้ในใจว่า *อะไร ๆ มันก็อย่างนั้นแหละ มันก็ไม่เที่ยง มันเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา* เมื่อมีอะไรเกิดขึ้น ก็จะรู้ทันทีว่า **"มันอย่างนั้นเอง"** ธรรมชาติมันเป็นอย่างนั้น เราจะไปยึดมั่นถือมั่นทำไม มันเป็นเรื่องของธรรมชาติ เราก็วางใจเฉย ๆ ไม่ยินดียินร้าย สุขหรือไม่เราลองคิดดู ใจที่ไม่ยินดียินร้ายนั่นแหละคือใจที่สงบ เป็นสุขโดยธรรมชาติอันแท้จริง

อันนี้เป็นเรื่องที่ต้องฝึกฝน ต้องทำอยู่บ่อย ๆ ไม่ใช่ว่าทำเป็นครั้งคราว หรือว่าเราไปนั่งภาวนาเป็นครั้งคราว นั่น

เป็นการพักผ่อนทางใจเท่านั้นเอง แต่ว่าไอ้ที่จำเป็นคือทำอยู่ **ตลอดเวลา มีสติ มีปัญญา กำหนดสภาพจิตของเราอยู่ ตลอดเวลา** จะไปไหนก็เตรียมตัว เช่นว่าจะไปพูดกับคนนั้น *ต้องพูดอย่างคนใจเย็น พูดอย่างคนใจสงบ พูดด้วยสติพูด ด้วยปัญญา* แม้เขาจะยั่วกิเลสเรา เราก็ไม่เอากิเลสออกอวด เพราะการอวดกิเลสนั้นเป็นเรื่องความโง่ ความเขลา เราจะไม่อวดเขา แต่เราจะอวดสติปัญญา **เขาพูดอะไรมาเราก็สติ ปัญญารู้เท่ารู้ทันต่อสิ่งนั้น ๆ ตามสภาพที่เป็นจริง** อันนี้แหละสบาย

คนที่มีจิตใจอย่างนี้จะทำอะไรมันก็ดีทั้งนั้น เป็นนักธุรกิจ ก็จะเป็นนักธุรกิจที่เก่ง เพราะว่าใจสงบ ใจเย็น วางแผนอะไร ก็เรียบร้อย ใครจะมาพูดยั่วให้เสียอารมณ์ก็ไม่มี **ใจเรามั่นคง อยู่ในธรรมะมีความสงบเป็นพื้นฐาน มีสติกำกับ มีปัญญากำกับ รู้เท่ารู้ทันต่อสิ่งนั้นอยู่ตลอดเวลา** มันก็ดีขึ้น การเงินก็จะดีขึ้น เพราะคนประพฤติธรรมนั้นความอยากมันน้อย ความต้องการมันน้อย

เช่นว่าการกินอาหารนี่ ไม่ใช่กินเพื่อความอร่อย ไม่ได้ กินเพื่อความเพลิดเพลิน เรากินพออยู่ได้ จะได้ใช้ร่างกายนี้ ประพฤติธรรมะกันต่อไป **แต่งเนื้อแต่งตัวก็ธรรมดา ๆ** ไม่ต้อง ขวนขวายอะไรมากนักหนา **บ้านช่องก็พออยู่พอไป** มีอยู่แล้ว ก็อยู่ไปแต่งไป กวาดไป ให้มันสะอาด ให้มันเรียบร้อย ไม่

ต้องลำบาก กวาดเองมันก็ดีเหมือนกัน ออกกำลังถูบ้านเสียบ้าง เช็ดตรงนั้นเช็ดตรงนี้ ออกกำลังไปในตัว มีคนใช้ทำให้ทุกอย่าง ร่างกายก็อ่อนแอ เดี๋ยวต้องนวด เดี๋ยวต้องบีบกันต่อไป เพราะว่าร่างกายมันอ่อนแอ ไม่ได้เคลื่อนไหว ไม่ได้ทำอะไร ทำเสียบ้าง เคลื่อนไหว ลงมาข้างล่างบ้าง รดน้ำต้นไม้ให้มัน เพลิดเพลินไป เป็นงานตามธรรมชาติ จิตใจมันก็สบาย เพราะว่าเราชอบความสุขสงบ ๆ อย่างนั้น

ไปไหนก็ไปตามหน้าที่ ทำตามหน้าที่ เสร็จหน้าที่แล้วก็กลับบ้าน มาถึงบ้านสภาพจิตก็เป็นปกติ **เวลาไปไหนก็อย่าหอบอะไรกลับมา** อย่างนี้เขาเรียกว่า หอบอะไรมา? หอบอารมณ์ ไปเที่ยวไหนก็หอบเอามาเยอะแยะ หอบเอามาเกลียดบ้าง โกรธบ้าง ชอบบ้าง ไม่ชอบใจบ้าง *หอบสิ่งที่ไม่ดีกลับบ้าน เอามานั่งครุ่นคิด ให้จิตใจมันวุ่นวายเร่าร้อน เขาเรียกว่านั่งเผาตัวเอง* ลงกระทะทองแดง ไฟลุกเป็นเปลว น้ำมันเดือดพล่าน เราลงไปทอดตัวเราเอง ไม่ใช่ทอดไก่ด้วยน้ำมันทิพน้ำมันกุ๊กอะไร แต่เราทอดตัวเราเองด้วยน้ำมันคือความทุกข์ แล้วจะสบายที่ตรงไหนลองพิจารณาดู มันไม่มีความสงบใจ

มีอะไรเกิดขึ้นต้องพิจารณาทันทีว่า*อะไร ๆ* รีบถามตัวเองว่า *"นี่อะไรกันนี่ อะไรเกิดขึ้นในใจ ร้อนใจเย็นใจ สุขใจหรือทุกข์ใจ สงบใจหรือวุ่นวายใจ สว่างหรือมืด"* รีบถาม

ตัวเอง ถ้ารู้ว่ามืด มืดเพราะอะไร ทำไมจึงมืด แสงสว่างมีอยู่แต่เรามืดเพราะอะไร ควรจะรู้มันเสีย เข้าใจมันเสีย

จะรู้ได้อย่างไร ก็ต้องพิจารณาว่า*สิ่งนี้คืออะไร มันมาจากอะไร มันกระทบแล้วทำไมเราจึงเป็นอย่างนั้น ทำไมต้องดีใจ ทำไมต้องเสียใจ ทำไมต้องโกรธ ทำไมต้องเกลียด ทำไมต้องไปรักไปชังคนเหล่านั้น* มันต้องแยกต้องวิเคราะห์ออกไปให้เห็นชัดทุกเรื่องทุกประการ อย่างนี้เรียกว่าอยู่ด้วยการเจริญภาวนา ทำจิตใจให้รู้เท่ารู้ทันต่อสิ่งที่เกิดขึ้นด้วยสติด้วยปัญญา เราก็มีความสุขตามสมควรแก่ฐานะ คือใจสงบนั่นเอง

ดังที่ได้แสดงมา ก็พอสมควรแก่เวลาและขอยุติไว้แต่เพียงเท่านี้ฯ

จงจัดชีวิตประจำวัน

ให้เต็มไปด้วยความหมายของนิพพาน

คือ ความสงบเย็น

พุทธทาสภิกขุ

คำแผ่เมตตา

สัพเพ สัตตา. อะเวรา. อัพ์ยาปัชฌา.
อะนีฆา. สุขี อัตตานัง. ปะริหะรันตุ.
สัตว์ทั้งหลายที่เป็นเพื่อนทุกข์
เกิด แก่ เจ็บ ตาย ด้วยกันทั้งหมดทั้งสิ้น
จงเป็นสุข เป็นสุขเถิด
อย่าได้มีเวร ซึ่งกันและกันเลย
จงเป็นสุข เป็นสุขเถิด
อย่าได้เบียดเบียน ซึ่งกันและกันเลย
จงเป็นสุข เป็นสุขเถิด
อย่าได้มีความทุกข์กาย ทุกข์ใจเลย
จงมีความสุขกาย สุขใจ
รักษาตน ให้พ้นจากทุกข์ภัยทั้งสิ้นเถิด

. . . .

กรวดน้ำย่อ

อิทัง โน ญาตีนัง โหตุ
สุขิตา โหนตุ ญาตะโย ฯ

ขอผลแห่งบุญกุศลนี้ จงมีแก่ญาติของข้าพเจ้าทั้งหลาย
ขอญาติทั้งหลาย จงมีความสุขกายสุขใจเถิด